

白玉入りピザ春巻き



(分量は小学校相当です)

材料名	分量(g)	下処理	作 り 方
* 千葉県産白玉	3個(24g)		①春巻きの皮に半分にしたサーフィンチーズを置き、
* ミートソース缶	10		上にミートソース・白玉をのせピーマンを散らし、巻く。
ピーマン	3	粗みじん	②春巻きの皮がはがれないよう、Aの小麦粉で作った
* サーフィンチーズ	1/2枚(7.5g)		のりで止め、175℃位の中温ででカラリと揚げる。
春巻きの皮	1枚		
* 小麦粉	A1		* 白玉は、半解凍で使用すると扱いやすくまた、揚げる
水	A1.5		時にパンクもしづらい。

* は給食会取扱商品です。

栄養価 (参考値)

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分相当量 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	VA μgRAE	VB1 mg	VB2 mg	VC mg	食物繊維 g
156	3.7	8.7	0.4	55	4	0.3	0.5	26	0.03	0.04	3	0.2